

Ligne d'assistance cyclotest

Nous vous recommandons de lire attentivement les remarques relatives à l'utilisation du thermomètre cyclotest lady afin de vous familiariser avec ses fonctions. Notre description correspond au déroulement normal du cycle. Lors de l'utilisation du thermomètre cyclotest lady pour la première fois, il est possible que vous ayez des questions en ce qui concerne la manipulation. Si vous avez d'autres questions, visitez notre site Web à l'adresse www.cyclotest.de ou envoyez un e-mail à info@cyclotest.de.


Pour la Suisse :



0 52/ 224 41 47

www.cyclotest.ch

cyclotest et UEBE sont des marques internationales déposées de

 UEBE Medical GmbH
Bgm.-Kuhn-Str. 22
97900 Kulsheim, Allemagne
E-Mail : info@uebe.com
Internet : www.uebe.com

Sous réserve de modifications techniques.
Toute réimpression même partielle est interdite.
© Copyright 2025 UEBE Medical GmbH

PZN-01753150

7 0620 206 JA
2025-10 FR

12

Messages d'erreur



La température mesurée est inférieure à 32,00 °C et se situe donc en dehors de la plage de mesure.



La température mesurée est supérieure à 42,99 °C et se situe donc en dehors de la plage de mesure.



Erreur électronique dans l'appareil. Si cette erreur apparaît de nouveau, veuillez contacter le Service clientèle UEBE Medical GmbH.

Explication des symboles



0123

Ce produit est conforme à la Directive 93/42/EWG du Conseil du 5 septembre 2007 relative aux dispositifs médicaux et porte le marquage CE 0123 (TÜV SÜD Product Service GmbH).



Fabricant



Dispositif médical



Numéro de référence = numéro d'article



Désignation du lot



Respecter les consignes



Limites de température



Limites d'humidité



Niveau de protection contre les décharges électriques :
TYPE BF



Courant continu

Élimination



Les piles et les équipements techniques usagés ne font pas partie des ordures ménagères et doivent être déposés dans les centres de collecte ou d'élimination prévus à cet effet.

Caractéristiques techniques

Type	Thermomètre à maximum, mode direct
Points de mesure/ points corporels de référence	Rectal, oral, vaginal
Plage de mesure	32,00 °C à 42,99 °C
Précision	± 0,10 °C
Conditions de fonctionnement	Température ambiante : 5 à 40 °C, humidité relative entre 15 % et 90 %
Conditions de stockage et de transport	Température ambiante : -25 à +70 °C, humidité relative entre 0 % et 90 %
Pile	Pile bouton de type LR41, SR41, AG3 ou V392, 1,55 V
Durée de vie estimée	5 ans
Classification IP	IP 22 : protection contre les corps étrangers solides d'un diamètre supérieur ou égal à 12,5 mm, protection contre les projections d'eau.

8

9

Entretien de l'appareil

Nettoyez le thermomètre cyclotest lady avant et après chaque utilisation avec un chiffon doux et de l'alcool isopropylique dilué avec de l'eau ou de l'eau savonneuse froide.

L'appareil peut être plongé dans de l'eau ou dans une solution de désinfection pour le nettoyage. Durée maximale d'immersion : 30 minutes. Ne stérilisez pas l'appareil à l'eau bouillante, au gaz ou en autoclave.

Garantie

L'appareil a été fabriqué avec le plus grand soin et soumis à un contrôle rigoureux. Si toutefois il devait présenter des défauts à la livraison, nous offrons une garantie aux conditions suivantes :

Pendant la durée de la garantie de 2 ans à compter de la date d'achat, nous nous engageons à remédier, selon notre choix et à nos frais, aux défauts décelés, soit par une réparation dans notre usine, soit par le remplacement de l'appareil défectueux. Les frais de retour de l'appareil en usine sont pris en charge par l'expéditeur. Les réclamations non affranchies ne seront pas acceptées par UEBE.

La garantie ne couvre pas les défauts résultant de l'usure normale des pièces, les dégâts causés par la non observation des consignes, la manipulation inappropriée (bris, piles usagées) ou le démontage de l'appareil par l'acquéreur. Sont en outre exclues de la garantie les demandes d'indemnisation à notre rencontre.

Le droit à garantie ne peut s'appliquer que pendant la durée de la garantie et sur présentation d'une preuve d'achat. En cas

de prise en charge au titre de la garantie, l'appareil doit être envoyé avec la preuve d'achat et une description de la réclamation à UEBE Medical GmbH, Service-Center, Zum Läger 1, 97900 Kulsheim, Allemagne

Les droits et prétentions légaux de l'acquéreur à l'encontre du vendeur (réclamations pour défaut, responsabilité du producteur, etc.) ne sont pas limités par cette garantie.

Remarque : en cas de prise en charge au titre de la garantie, vous devez impérativement joindre la preuve d'achat.

10



lady

Thermomètre basal électronique pour
le contrôle du cycle menstruel

Mode d'emploi

Utilisation conforme à l'usage prévu

cyclotest lady est un thermomètre numérique spécifique, destiné à mesurer la température basale chez les femmes en âge d'avoir des enfants. La température maximale déterminée à l'aide de la sonde de mesure est enregistrée jusqu'à la prochaine mesure. Les données mesurées sont reportées sur une feuille de courbe afin de définir les jours féconds et non féconds du cycle.

Consignes de sécurité

- Ne pas faire tomber le thermomètre. Il ne résiste pas aux coups ni aux chocs.
- Ne parlez pas, ne courez pas et ne marchez pas pendant la mesure.
- Lorsque vous ne l'utilisez pas, conservez le thermomètre dans le boîtier transparent.
- Le thermomètre contient des petites pièces (pile, etc.) qui pourraient être avalées par les enfants. Ne laissez jamais l'appareil sans surveillance !
- Protégez l'appareil des températures élevées et des rayons directs du soleil.
- Ne pas ouvrir l'appareil (excepté pour le changement de pile).
- L'utilisation de cet appareil à proximité de téléphones portables, de micro-ondes ou d'autres appareils avec des champs

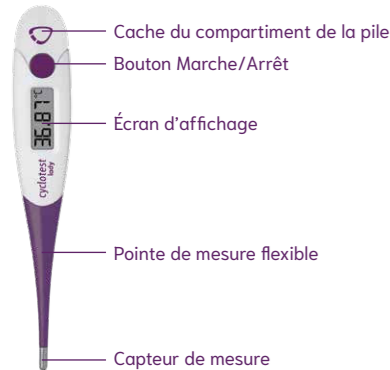
11

FR-1

électromagnétiques puissants peut provoquer des dysfonctionnements. Gardez toujours une distance minimale de 3 mètres entre vous et ces appareils.

- Nettoyez le thermomètre avant et après chaque application (voir la section « Entretien de l'appareil »).

Description de l'appareil



Remplacer la pile

Remplacez la pile lorsque l'indicateur de charge de la pile s'affiche à l'écran (à ne pas confondre avec le contrôle des segments d'affichage lors de la mise en marche du thermomètre).



2

- Pour ce faire, retirez le cache du compartiment de la pile en le tirant vers l'arrière.
- Sortez avec précaution le support de la pile du boîtier (1 cm environ). Ne retirez en aucun cas davantage le support de pile, car cela pourrait endommager la connexion avec le capteur de mesure.
- Utilisez un objet non métallique pour extraire la pile de son support.
- Installez une nouvelle pile (type LR41, SR41, AG3 ou V392, 1,55 V) en plaçant le signe + vers le haut.
- Réinsérez le support de la pile dans le boîtier puis remplacez le cache du compartiment. Veillez en même temps à ce que le joint ne soit pas endommagé ni déplacé.

Mesure de la température au réveil

Effectuez la mesure à heure fixe, immédiatement après le réveil et avant de vous lever. Vous devez avoir dormi au moins 5 heures avant d'effectuer cette mesure. En cas de sommeil insuffisant, n'effectuez pas cette mesure et ne reportez aucune valeur mesurée. Ne mangez rien avant d'effectuer la mesure et évitez les efforts physiques.

Vous pouvez mesurer la température par voie orale, rectale ou vaginale. Gardez toujours le même point de mesure une fois choisi. La mesure sous le bras (axillaire) donne des valeurs inexactes. Elle n'est donc pas adaptée pour mesurer la température basale. Il est recommandé d'effectuer la mesure sous la langue, la bouche fermée.

- Pour allumer le thermomètre, appuyez sur le bouton Marche/Arrêt. Un court bip sonore retentit pour signaler que le thermomètre est allumé. Un contrôle optique de tous les segments d'affichage est effectué simultanément et tous les éléments d'affichage deviennent visibles.



3

- La dernière valeur mesurée s'affiche. Une valeur de test interne de 37,00 °C ($\pm 0,02$ °C) apparaît ensuite. Le thermomètre passe en mode de mesure.
- Placez la pointe de la sonde de mesure dans l'une des deux poches de chaleur situées sous la langue, à gauche ou à droite de la racine de la langue. Le capteur de mesure doit être en contact avec le tissu buccal. Fermez la bouche et respirez doucement par le nez afin que les résultats de la mesure ne soient pas faussés par la respiration. Un « °C » clignote sur l'écran pour indiquer que la nouvelle mesure est en cours.
- Au début de la mesure, le thermomètre est encore en phase de chauffe et indique « Lo », car la température est encore en dehors de la plage de mesure.
- L'appareil émet un bip à plusieurs reprises pour vous confirmer que la mesure a bien été effectuée et affiche la température mesurée sur l'écran. Dans tous les cas, veuillez attendre la fin de la mesure avant de retirer le thermomètre du point de mesure. Cela peut prendre plusieurs minutes dans certains cas.
- La valeur mesurée est enregistrée jusqu'à la prochaine mesure. Le thermomètre s'éteint tout seul environ 8 à 10 minutes après la fin de la mesure. Pour éteindre le thermomètre avant l'arrêt automatique, appuyez sur le bouton Marche/Arrêt.



Analyse des données mesurées

Reportez les valeurs mesurées sur une feuille de courbe cyclotest. Utilisez une nouvelle feuille de courbe pour chaque cycle.

Commencez par reporter la température mesurée au premier jour de vos menstruations (= 1er jour du cycle). Les menstruations se distinguent des saignements intermédiaires par une baisse caractéristique de la température.

4

Notez également sur la feuille de courbe les spécificités et les facteurs qui pourraient influencer et modifier la température, par exemple : les rapports sexuels (RS), les maladies avec fièvre (MF), la prise de médicaments (Med) ou de somnifères (Som), le manque de sommeil (MS), les variations météorologiques (VM), la consommation d'alcool (Alc), le stress psychologique (SPsy) ou les efforts physiques (EPhy). Sur la feuille de courbe, notez également les saignements et la nature de la glaire cervicale : menstruations (M), saignements intermédiaires abondants, modérés et faibles (SgAb, SgMod, SgFai), spotting (ou traces de saignements) (S) et, si possible, l'apparition et la nature de la glaire cervicale.

Si les feuilles sont soigneusement tenues, ces courbes fournissent des points de repère importants pour poser un diagnostic. Pensez à les emporter avec vous lors de vos consultations médicales. Cela est particulièrement recommandé en cas de troubles du cycle menstruel.

L'ovulation, qui survient à peu près au milieu du cycle, est déterminante pour la planification de la grossesse et la contraception. La température basale augmente de 0,2 à 0,5 °C 1 à 2 jours après l'ovulation. Juste avant le jour de l'ovulation, on observe souvent une baisse d'environ 0,1 °C. La température basale élevée se maintient à peu près au même niveau jusqu'aux menstruations suivantes, puis diminue à nouveau (voir courbe modèle sur les feuilles de courbe). Des écarts importants par rapport à ce rythme habituel indiquent des troubles du cycle ou une grossesse.

Vous pouvez obtenir des feuilles de courbe supplémentaires (art. n° 70600004, PZN-01498580) dans votre pharmacie ou directement auprès de cyclotest (info@cyclotest.de).

5

Utilisation de la méthode de régulation naturelle des naissances

L'ovule féminin non fécondé ne reste fécondable que quelques heures après l'ovulation, tandis que le sperme masculin conserve sa fertilité pendant 2 à 4 jours. Par conséquent, la fécondation de l'œuf (conception) ne peut avoir lieu que dans les 5 jours précédant la hausse de température décrite ci-dessus.

Déterminez le plus précisément possible les variations de votre jour d'ovulation sur plusieurs cycles et vous pourrez vous faire une idée précise de votre période de fertilité. Si la température reste élevée pendant plus de 18 jours après la hausse, vous êtes probablement enceinte.

Méthode de température

En respectant rigoureusement la méthode de température (rapports sexuels à partir du troisième jour de la hausse de température jusqu'aux prochaines menstruations) vous obtenez presque la même fiabilité qu'avec la pilule, de manière naturelle, sans prendre de médicaments et sans utiliser de dispositifs mécaniques.

La méthode « élargie » de la température est aussi fiable que les méthodes de contraception mécaniques. Elle permet d'avoir des relations sexuelles à partir du début des menstruations jusqu'à six jours avant la hausse de température. Plus précisément : jusqu'à six jours avant la hausse de température la plus précoce que vous avez mesuré pendant au moins 6 cycles consécutifs

Méthode symptothermique

Cette méthode de température est associée ici à l'observation d'un « symptôme », à savoir la sécrétion de glaire au niveau du col de l'utérus. Les menstruations sont en général suivies d'une phase de jours non féconds et « secs », durant lesquels on n'observe pas de glaire cervicale. Quelques jours avant la phase de fécondité, la glaire provoque une sensation d'humidité un peu collante à l'entrée du vagin. Elle a un aspect filant, transparent et très liquéfié.

Si vous l'avez observée sous cette forme 3 à 4 jours avant une hausse de la température, vous pouvez être certaine que cette hausse est due à l'ovulation. Il vous suffit d'observer la glaire cervicale une fois par jour pendant la période correspondante.

Utilisation pour mesurer la fièvre

Vous pouvez également utiliser le thermomètre cyclotest lady pour mesurer la fièvre. Effectuez la mesure comme indiqué dans la section « Mesure de la température au réveil ».

La température corporelle mesurée oralement est en moyenne de 36,7 °C \pm 0,5 °C. Pour la classification de la fièvre, vous pouvez vous référer aux valeurs indicatives suivantes :

- 37,5 °C à 37,9 °C : température élevée
- 38,0 °C à 38,9 °C : fièvre modérée
- à partir de 39,0 °C : fièvre élevée

Les températures rectales sont généralement supérieures de 0,5 °C aux températures orales, et les températures axillaires sont généralement inférieures de 0,5 °C aux températures orales.

Attention : En cas de fièvre élevée, il est absolument nécessaire de consulter un médecin !

6

7